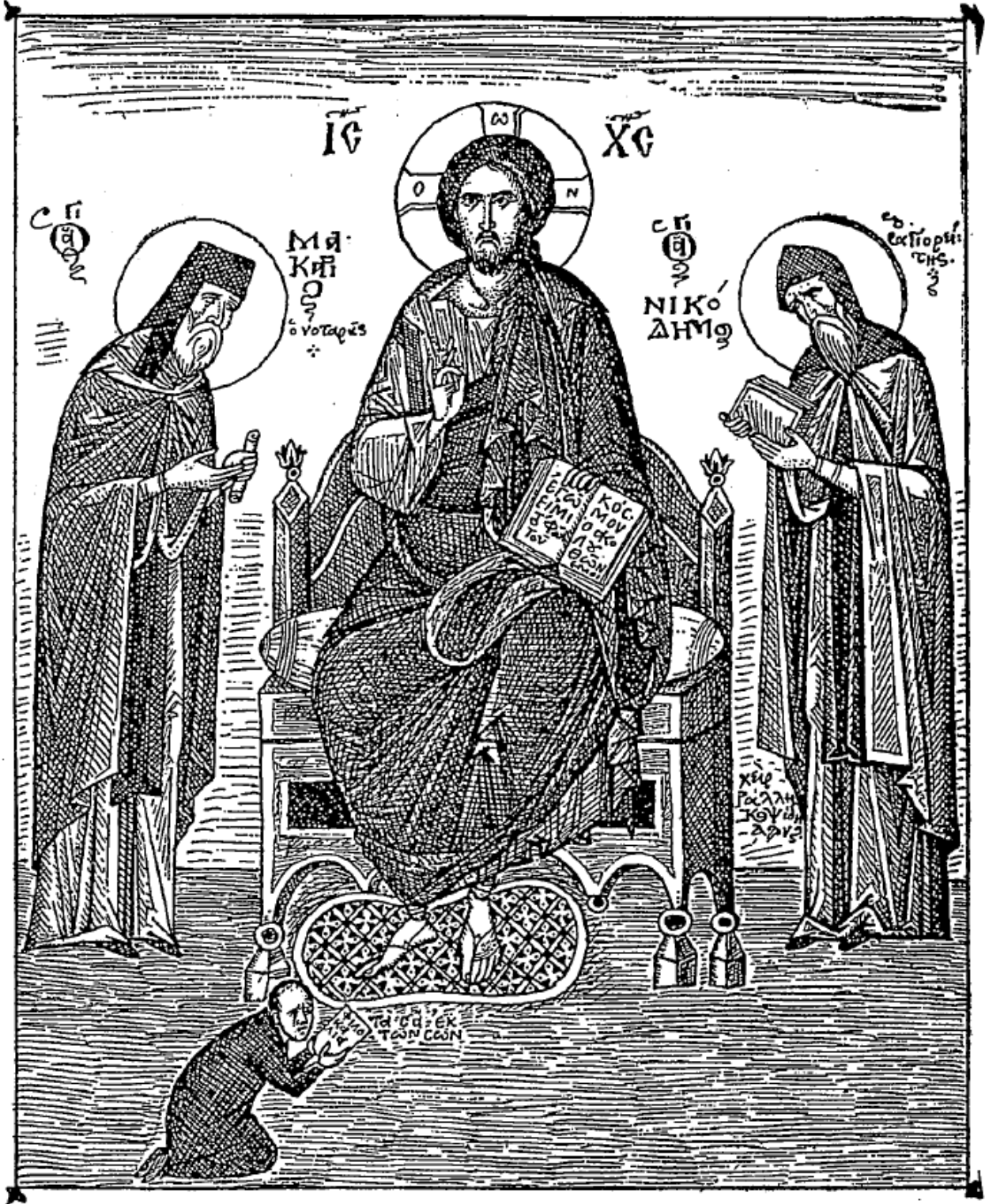


FILOCALIA



ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ
ΤΩΝ ΓΕΡΩΝ
ΝΗΠΤΙΚΩΝ.



“Scienza delle scienze e arte delle arti è l’arte contro i pensieri che operano il male”. Esichio Presbitero

“Se si tratta allora dell’arte delle arti, della scienza delle scienze, della via che conduce a Dio, dello sconfinato mare intelligibile – cioè della vita monastica, che è assimilata alla vita angelica – forse che qualcuno oserà cominciare l’ascesi e fidarsi di se stesso per giungerne al termine senza guida, senza nocchiero e maestro provato e verace? Davvero un tale uomo, chiunque sia, inganna se stesso, e si svia prima di cominciare perché non segue la legge nella sua ascisi. Al contrario, chi ubbidisce a ciò che hanno stabilito i padri, è giunto al termine prima di aver fatto i primi passi”. Callisto e Ignazio – detti ‘Xanthopouli’

[NICODIMO AGHIORITA: Proemio alla Filocalia](#)

Ricordo: nella mia moderna giovinezza, alcuni devoti laici, anche della nobiltà, che

conducevano una vita molto semplice, erano impegnati nella preghiera di Gesù. Questa preziosa consuetudine, ora, con l'indebolimento generale del cristianesimo e del monachesimo, è quasi andata perduta. La preghiera nel nome del Signore Gesù Cristo richiede una vita sobria, rigorosamente morale, vita da viandante, richiede l'abbandono delle dipendenze, che diventiamo senza distrazione, con conoscenza approfondita, senza soddisfazione dei nostri tanti capricci, facendo il bene; «Gesù infatti si era allontanato perché vi era folla in quel luogo» (Gv 5,13). Sant'Ignazio Brjanchaninov

Consigli sulla preghiera per i principianti del Santo Vescovo Ignazio Brjanchaninov

“La pratica della Preghiera di Gesù ha un suo inizio, una sua gradualità, una sua fine senza fine. È necessario iniziare l'esercizio dall'inizio, e non dalla metà e non dalla fine.

Sua Santità Kallistos, Patriarca di Costantinopoli, descrivendo i frutti spirituali di questa preghiera, dice: non osare toccarla. Un tentativo così prematuro è proibito. Coloro che la invadono e che cercano prematuramente ciò che viene a tempo debito, che si sforzano di ascendere al rifugio del distacco in una dispensazione che non corrisponde ad essa, i Padri li riconoscono solo come folli. È impossibile leggere libri per chi non ha imparato a leggere e scrivere” (San Macario il Grande, Filocalia).

Apprendista. Cosa significa iniziare l'esercizio con la Preghiera di Gesù dalla metà e dalla fine, e cosa significa iniziare questo esercizio dall'inizio?

Anziano. Dal mezzo iniziano quei principianti che, dopo aver letto negli scritti dei Padri l'istruzione per l'esercizio nella Preghiera di Gesù, data dai Padri agli esicasti, cioè ai monaci che hanno già fatto grandi progressi nell'impresa monastica, sconsideratamente accettano questa istruzione come guida della loro attività. Dal mezzo cominciano coloro che, senza alcuna preparazione preliminare, si sforzano di ascendere con la mente nel tempio del cuore e da lì di innalzare la preghiera. Coloro che cercano di scoprire immediatamente in sé stessi la dolcezza piena di grazia della preghiera e le sue altre azioni piene di grazia iniziano dalla fine. Devono partire dall'inizio, cioè pregare con "attenzione" e "reverenza", con lo scopo del "pentimento" preoccupandosi solo che queste tre qualità siano costantemente presenti con la preghiera. [...] Nel mondo si dovrebbe pregare con una sola mente e in privato, con la mente e con la bocca, un po' ad alta voce solo per se stessi. Particolare cura, la più attenta cura deve essere riservata al miglioramento della moralità secondo gli insegnamenti del Vangelo. L'esperienza non tarderà a rivelare alla mente di chi prega il più stretto legame tra i comandamenti del Vangelo e la preghiera di Gesù. Questi comandamenti sono per questa preghiera ciò che l'olio è per una lampada accesa; senza olio non si può

accendere una lampada; quando l'olio è esaurito, non può bruciare: si spegne versando intorno fumo fetido.

[P. Vasily Polyanomerulsky \(XVIII sec\): Sul nostro santo padre Gregorio del Sinai](#)

I LIBRI FILOCALICI

Premessa

La storia della raccolta

Nicodimo Aghiorita e la rinascita spirituale del 700

La Preghiera di Gesù

» **SAN NICODIMO AGHIORITA** ([bios](#))

[Proemio alla Filocalia](#)

» **ANTONIO IL GRANDE**

Avvisi sull'indole umana e la vita buona

» **ISAIA ANACORETA**

La custodia dell'intelletto

EVAGRIO MONACO

Sommario di vita monastica che insegna come si debba esercitare l'ascesi e l'esichia

Sul discernimento delle passioni e dei pensieri

I sogni

Il demone della tristezza

La vanagloria

DAI CAPITOLI SULLA SOBRIETÀ

CASSIANO IL ROMANO

Al Vescovo Castore. Gli otto pensieri viziosi

La continenza del ventre

Lo spirito di fornicazione

L'amore per il denaro

L'ira

La tristezza

L'accidia

La vanagloria

La superbia

A Leonzio Igumeno. I Santi Padri che vivono a Scete.

Discorso sommamente utile a proposito del discernimento

MARCO L'ASCETA

La legge spirituale

A proposito di quelli che credono di essere giustificati per le opere

Lettera al Monaco Nicola

ESICHIO PRESBITERO

A Teodulo. Discorso per sommi capi, utile per la salvezza dell'anima, sulla sobrietà e la virtù. Le cosiddette Confutazione e Invocazione

NILO ASCETA

Discorso sulla preghiera

Discorso ascetico assai necessario e utilissimo

DIADOCO DI FOTICA

Definizioni

Definizioni. Discorso ascetico diviso in cento capitoli pratici di scienza e discernimento spirituale

Interpretazione

GIOVANNI CARPAZIO

Ai monaci dell'India che gli avevano scritto, cento capitoli di ammonizione

Discorso ascetico e grandemente incoraggiante rivolto ai monaci dell'India, su loro richiesta, come supplemento ai cento capitoli

TEODORO, VESCOVO DI EDESSA

Cento capitoli di grande utilità per l'anima

Sulla contemplazione

MASSIMO IL CONFESSORE

Sulla Carità

Sulla Carità. I Centuria

Sulla Carità. II Centuria

Sulla Carità. III Centuria

Sulla Carità. IV Centuria

Duecento capitoli sulla teologia e sull'economia

dell'incarnazione del Figlio di Dio

I Centuria

II Centuria

Capitoli vari sulla teologia e l'economia, sulla virtù e il vizio

I Centuria

II Centuria

III Centuria

IV Centuria

V Centuria

Sulla preghiera del 'Padre nostro'

TALASSIO UBICO E AFRICANO

A PAOLO PRESBITERO

I Centuria sulla carità e la continenza e la condotta secondo l'intelletto

II Centuria

III Centuria

IV Centuria

GIOVANNI DAMASCENO

Discorso utile all'anima e mirabile

ABATE FILEMONE

Discorso utilissimo sull'Abate Filemone

TEOGNOSTO

Sulla prassi e la contemplazione e sul sacerdozio

FILOTEO SINAITA

Quaranta capitoli di sobrietà

ELIA PRESBITERO ED ECDICO

Antologia gnomica di filosofi illustri

Capitoli gnostici

Capitoli pratici e contemplativi

TEOFANE MONACO

» **PIETRO DAMASCENO** ([*bios*](#))

[*Filocalia della conoscenza divina dei Padri*](#)

Ventiquattro discorsi sinottici, pieni di conoscenza spirituale

MACARIO L'EGIZIANO

Parafrasi di Simeone Metafrasto in centocinquanta capitoli ai cinquanta discorsi di Macario Egiziano

Sulla perfezione nello spirito

Sulla preghiera

Sulla pazienza e il discernimento

Sulla elevazione dell'intelletto

Sulla carità

Sulla libertà dell'intelletto

SIMEONE IL NUOVO TEOLOGO

Capitoli pratici e teologici

NICETA STETHATOS

Prima Centuria

Seconda Centuria

Cento capitoli gnostici sulla carità e la perfezione della vita

TEOLEPTO DI FILADELFIA

Discorso che espone l'attività nascosta in Cristo e mostra in breve la fatica della professione monastica

» **NICEFORO MONACO** ([bios](#))

Discorso sulla sobrietà e la custodia del cuore pieno di notevole utilità

Dalla vita del nostro santo padre Antonio

Dalla vita di san Teodosio il Cenobiarca

Dalla vita del beato Arsenio

Dalla vita di san Paolo di Latro

Dalla vita di san Saba

Dalla vita dell'abate Agatone

Dell'abate Marco a Nicola

Del santo Giovanni Climaco

Dell'abate Isaia

Di Macario il Grande

Di Diadoco

Di Isacco il Siro

Di Carpazio

Di Simeone il Teologo

Del medesimo Niceforo

GREGORIO SINAITA ([Bios](#))

Utilissimi capitoli in acrostico

Altri capitoli

L'alterazione passionale

L'alterazione buona

Le tentazioni che vengono nel sonno

Rigorosa notizia sull'esichia e sulla preghiera, e ancora sui segni della grazia e dell'illusione. E quale differenza vi sia tra il calore e l'operazione, e come, senza una guida, facilmente si insinui l'illusione

COME TROVARE L'OPERAZIONE

Sull'esichia e sui due modi di unione noetica, in quindici capitoli ([pdf](#))

Come fare la preghiera

Sul respiro

Come bisogna salmeggiare

Differenza tra quelli che salmeggiano

Risposta ad obiezioni

L'illusione

La lettura

Come l'esicasta deve starsene seduto in preghiera e non alzarsene presto

Come si deve dire la preghiera

Come tenere a freno l'intelletto

Come cacciare i pensieri

Come salmeggiare

L'ILLUSIONE E ARGOMENTI VARI

GREGORIO PALAMAS

Alla reverendissima monaca Xene, sulle passioni, le virtù e i frutti della quiete dell'intelletto

Decalogo della legislazione secondo Cristo, cioè del Nuovo Testamento

In difesa dei santi esicasti

Sulla preghiera e la purezza del cuore

Centocinquanta capitoli naturali, teologici, etici e pratici

Tomo aghioritico In difesa dei santi esicasti

CALLISTO E IGNAZIO XANTHOPOULI

Metodo e canone rigoroso – con l'aiuto di Dio – attestato dai santi per quelli che hanno scelto la vita esicasta e monastica

Capitoli sulla preghiera

CALLISTO TELICOUEDES

Sulla pratica esicasta

Scelta dai santi padri sulla preghiera e l'attenzione

CALLISTO CATAPHUGIOTA

L'unione divina e la vita contemplativa

SIMEONE DI TESSALONICA

Sulla santa e deificante preghiera

OPUSCOLI IN NEOELLENICO

Discorso mirabile sulle parole della divina preghiera cioè

'Signore Gesù Cristo Figlio di Dio abbi pietà di me'

Spiegazione del 'Signore, pietà'

SIMEONE IL NUOVO TEOLOGO

Le tre forme di preghiera

GREGORIO SINAITA

Dalla vita del nostro santo padre Massimo Causocalyba

Dalla vita di San Gregorio Arcivescovo di Tessalonica il taumaturgo come occorre che tutti i cristiani indistintamente preghino incessantemente